

キッズ	昼食	3色食品群				1～2歳児			
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー		
1	月	ご飯 助宗タラの野菜あんかけ さつま芋と鶏肉のごま煮 みそ汁(焼ふ・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	スケソウタラ・鶏肉・味噌	インゲン・オレンジ・人参・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	267 kcal 9.7 g 5.3 g 48.1 g 0.8 g	小麦	
2	火	春野菜のスパゲティ きゅうりと玉子のサラダ コーンクリームスープ(玉ねぎ・コーン)	スパゲティ・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・玉子・豚肉	キャベツ・きゅうり・クリームコーン缶・グリーンアスパラ・玉ねぎ・人参	コンソメ・酒・醤油・水・精製塩	291 kcal 13.3 g 12.0 g 33.6 g 0.8 g	乳・卵・小麦	
3	水	シチュー ブロッコリーの卵サラダ みかん	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	鶏肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・みかん	シチュールー・水・精製塩	310 kcal 9.3 g 10.3 g 45.3 g 0.8 g	小麦	
4	木	ご飯 カラスカレイのコーン焼き 豆腐と野菜の煮物 みそ汁(長ねぎ・油揚げ) ヨーグルト	ご飯・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・豆腐・味噌・油揚げ	かぼちゃ・コーン・玉ねぎ・水菜・長ねぎ	出し汁・醤油・水・精製塩	326 kcal 12.5 g 13.3 g 43.4 g 0.8 g	乳・卵・小麦	
5	金	●スナックエンドウとツナの炊き込みご飯 鶏のから揚げ 具だくさん汁(大根・小松菜・花ふ) フルーツ(バナナ)	ご飯・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレック缶・鶏肉・味噌	しめじ・スナックエンドウ・にんにく・バナナ・小松菜・人参・生姜・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	286 kcal 9.9 g 8.6 g 42.5 g 0.7 g	小麦	
8	月	ビーフシチュー キャバツの卵サラダ もも	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	牛肉・豚肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・キャベツ・もも	ビーフシチュールー・水・精製塩	285 kcal 9.9 g 6.8 g 49.1 g 1.0 g	小麦	
9	火	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き 大根と鶏肉の照り煮 すまし汁(なす・ワカメ) アップルゼリー	ご飯・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・鮭・味噌	チンゲン菜・トマト・なす・りんごジュース・ワカメ・寒天・玉ねぎ・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	281 kcal 10.8 g 8.5 g 41.6 g 0.9 g	卵・小麦	
10	水	豚玉丼 白菜のサラダ みそ汁(じゃが芋・油揚げ) フルーツ(バナナ)	ごま油・ご飯・じゃが芋・砂糖・油	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	あおさ粉・バナナ・玉ねぎ・人参・水菜・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・酢・精製塩	290 kcal 11.4 g 8.8 g 43.5 g 0.7 g	卵・小麦	
11	木	ご飯 おさつコロッケ 炒り粉豆腐 みそ汁(大根・万能ねぎ) フルーツ(不知火)	ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・粉豆腐・味噌	コーン・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・不知火(しらぬい)・万能ねぎ	こしょう・出し汁・醤油・水・精製塩	356 kcal 9.0 g 10.7 g 59.5 g 0.8 g	小麦	
12	金	ご飯 バター醤油ハンバーグ 切干大根の煮物 みそ汁(玉子・油揚げ)	ご飯・バター・パン粉・砂糖・油	玉子・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	ピーマン・玉ねぎ・人参・切干大根・白菜	こしょう・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	302 kcal 11.7 g 10.4 g 42.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦	
15	月	ご飯 助宗タラの野菜あんかけ さつま芋と鶏肉のごま煮 みそ汁(焼ふ・長ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ごま・ご飯・さつま芋・砂糖・焼ふ・片栗粉・油	スケソウタラ・鶏肉・味噌	インゲン・オレンジ・人参・長ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	267 kcal 9.7 g 5.3 g 48.1 g 0.8 g	小麦	
年齢		給与栄養目標量				当月平均給与栄養量			
		エネルギー/たんぱく質/脂質/炭水化物/塩分	エネルギー/kcal	たんぱく質/g	脂質/g	炭水化物/g			
3～5歳		390/16.1/10.8/57.0/1.1未満	390	14.8	11.7	59.1			
1～2歳		285/11.8/7.9/41.7/0.8未満	293	11.1	8.8	44.3			

キッズ	昼食	3色食品群				1～2歳児			
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	3色食品群以外の使用食材	エネルギーたんぱく質脂質炭水化物塩分	アレルギー		
16	火	春野菜のスパゲティ きゅうりと玉子のサラダ コーンクリームスープ(玉ねぎ・コーン)	スパゲティ・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・玉子・豚肉	キャベツ・きゅうり・クリームコーン缶・グリーンアスパラ・玉ねぎ・人参	コンソメ・酒・醤油・水・精製塩	291 kcal 13.3 g 12.0 g 33.6 g 0.8 g	乳・卵・小麦	
17	水	ハヤシライス ブロッコリーの卵サラダ もも	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	豚肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・もも	ハヤシルー・水・精製塩	310 kcal 9.3 g 10.3 g 45.3 g 0.8 g	小麦	
18	木	ご飯 カラスカレイのコーン焼き 豆腐と野菜の煮物 みそ汁(長ねぎ・油揚げ) ヨーグルト	ご飯・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	カラスカレイ・ヨーグルト・豆腐・味噌・油揚げ	かぼちゃ・コーン・玉ねぎ・水菜・長ねぎ	出し汁・醤油・水・精製塩	326 kcal 12.5 g 13.3 g 43.4 g 0.8 g	乳・卵・小麦	
19	金	ご飯 鶏のから揚げ 野菜とツナの煮物 みそ汁(しめじ・花ふ)	ご飯・花ふ・砂糖・小麦粉・片栗粉・油	ツナフレック缶・鶏肉・味噌	しめじ・にんにく・人参・生姜・大根・万能ねぎ	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・水	272 kcal 9.5 g 8.6 g 39.5 g 0.8 g	小麦	
22	月	ボークカレー だいごんの卵サラダ もも	ご飯・マヨネーズ・じゃが芋・砂糖・油	豚肉・牛乳・玉子	たまねぎ・にんじん・大根・もも	カレールー・水・精製塩	285 kcal 9.9 g 6.8 g 49.1 g 1.0 g	小麦	
23	火	ご飯 鮭の味噌マヨ焼き 大根と鶏肉の照り煮 すまし汁(なす・ワカメ) アップルゼリー	ご飯・マヨネーズ・砂糖・片栗粉・油	鶏肉・鮭・味噌	チンゲン菜・トマト・なす・りんごジュース・ワカメ・寒天・玉ねぎ・大根	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	281 kcal 10.8 g 8.5 g 41.6 g 0.9 g	卵・小麦	
24	水	●衣笠丼 ●水菜と白菜のたいたん 豚汁(豚肉・人参・じゃが芋) フルーツ(バナナ)	ご飯・じゃが芋・油	玉子・豚肉・味噌・油揚げ	バナナ・人参・水菜・長ねぎ・白菜	みりん風調味料・酒・出し汁・醤油	281 kcal 10.8 g 8.9 g 40.8 g 1.2 g	卵・小麦	
25	木	ご飯 おさつコロッケ 炒り粉豆腐 みそ汁(大根・万能ねぎ) フルーツ(オレンジ)	ご飯・さつま芋・パン粉・砂糖・小麦粉・油	ツナフレック缶・粉豆腐・味噌	コーン・玉ねぎ・小松菜・人参・大根・万能ねぎ	こしょう・出し汁・醤油・水・精製塩	354 kcal 9.0 g 10.6 g 59.0 g 0.8 g	小麦	
26	金	ご飯 バター醤油ハンバーグ 切干大根の煮物 みそ汁(玉子・油揚げ)	ご飯・バター・パン粉・砂糖・油	玉子・豆乳・豚肉・味噌・油揚げ	ピーマン・玉ねぎ・人参・切干大根・白菜	こしょう・みりん風調味料・酒・出し汁・醤油・精製塩	302 kcal 11.7 g 10.4 g 42.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦	
29	月	昭和の日							
30	火	春野菜のスパゲティ ブロッコリーと玉子のサラダ コーンクリームスープ(玉ねぎ・コーン)	スパゲティ・バター・マヨネーズ・砂糖・小麦粉・油	牛乳・玉子・豚肉	アスパラ・キャベツ・クリームコーン缶・ブロッコリー・玉ねぎ・人参	コンソメ・酒・醤油・水・精製塩	296 kcal 14.0 g 12.1 g 34.1 g 0.8 g	乳・卵・小麦	

※3色食品群は食品に含まれる栄養素を見た目で分かりやすくする為の目安です。3色食品群に分類されない食材は、「3色食品群以外の使用食材」に記載しております。  
 ※調味料のアレルギー表示は弊社でお届けしたものに限りです。またアレルギーの詳細は「予定献立表」でご確認下さい。  
 ※都合により、献立を変更する場合がございます。  
 ※18 本製品で使用している海苔は、えび・かにの生息域で採取しています。  
 ※60 本工場では小麦・乳を使用しております。

食べ物は良く噛んで食べましょう。良く噛むことで、虫歯予防や消化の負担が減り、お腹に良いと言われています。

